“つくれる文具屋さん”の木阪賞文堂がお届けする

輝くステキな女性にささげる、ミニ情報誌です。

いどばた辞典

第72号
2009.4月号
発行

回覧

話題のカルチャ～にチャレンジ！

「ボイストレーニング」で声美人に

歌うことが好きな人は美しく発声したいと思いますね。もしも、「歌の練習は熱心にしているのに思うように上達しない」と悩んでいるなら、ボイストレーニングを受けてみませんか。ボイストレーニングというとプロの歌手や、その卵がするものというイメージを持つ人も多いでしょうが、そうとはかぎりません。声を鍛えることは歌を歌うときの発声はもちろん、日常生活でのコミュニケーションにも大変役立つのだそうです。

初対面で相手の第一印象を決定づけるのは、表情・声・話しの内容だと言われますが、その中で「声」が占める割合はほぼ40%にもなるそうです。それほど声は大切なものなのですね。ボイストレーニングの効果で、改まった場でも、ご近所同士でも、電話で顔の見えない相手とでも印象良く会話ができるようになり、自信が持てそうです。

ボイストレーニングを受けるとなると、気になるのはやはり費用ですね。確かに専門性の高いトレーニングになると月に何十万円という所があるようですが、近頃はカルチャーセンターなどで、数万円の会費で半年間ほどのトレーニングを受けられるところも多いようです。

また、のびやかで張りのある声を出すためには、体の柔軟性が大切だとか。毎日の生活に、腰・肩・首のストレッチや、顔の表情筋を大きく動かす運動などを取り入れてみましょう。素敵な声の持ち主になれるといいですね。

ミドルエイジの素敵なファッション

アースカラーは差し色でコーディネート

空の色、大地の色、砂の色、草木の色…など、地球そのものが持っている色を「アースカラー」といいます。季節を選ばない定番カラーですね。しかし、ベージュやブラウンといった色合いでシックにまとめたつもりが、うっかりすると地味なコーディネートになっていることも。年齢よりも老けた印象を与えないように、アースカラーの着こなしには差し色をうまく使いましょう。

アースカラーの中でもオーソドックスでどんな色とでも合わせやすい、黒・白・ベージュ・茶・紺などのニュートラルカラーは、差し色で楽しむにはもってこいの色です。例えばベージュのスーツなら、合わせるブラウスはピンク系、オレンジ系、またワイン系でもいいですね。

このように、合わせる色によって印象がガラリと変わり、幾通りにも着回せるのがアースカラーの特徴です。落ち着いた中にも、明るい差し色で春めいた雰囲気を演出して、あなたらしくアースカラーを楽しみませんか。

老化をストップさせるヒケツ

砂浜を歩く？ウォーキングシューズ

風が気持ちのいい季節になりました。若芽がすがすがしい木々を仰ぎながら、縮こまっていた筋肉をほぐしましょう。

リーボックから新発売された女性向けウォーキングシューズ「イージートーン」は、まるで砂浜を歩くような感覚でウォーキングできるそうです。靴底にはめ込まれた、空気を封入したクッションの中で、歩くときの体重移動に合わせて踵からつま先にむかって空気が移動するので、自然に重心をとりながら歩くことになるのだとか。バランスボール運動のようですね。

脚全体でバランスを取るので、普通のウォーキングシューズで歩くよりも、おしりや腿（もも）、ふくらはぎの筋肉をよく使います。ただ暖かくなったとはいえ、急な運動は思わぬ怪我のもと。歩き始める前にストレッチ運動をするなど、十分なウォームアップをお忘れなく。

■販売店例　Sportsman.jp

http://sportsman.jp/shop/sports/products/RE_418523/mtd-13_025/

暮らしのリフォーム Q＆A

「地震に強い家」いろいろ

［Q］ 耐震・制震・免震の違いをおしえてください。

［A］ 耐震・制震・免震と、言葉は似ていますが、それぞれ特徴があります。

耐震構造は、壁に筋かいをたくさん入れて金具で締め付け、建物そのものを頑丈に作って、アンカーボルトで地面に固定します。木造住宅のほとんどはこの工法で建てられます。

制震構造は、建物のあちこちにバネのようなものを取り付け、ちょうど人が電車の揺れに合わせて筋肉を使いバランスを取るように、地震の揺れを逃します。

免震構造は、建物の基礎部分にローラーやゴムを使い、揺れを建物に伝えない工法です。地震の横揺れに強いといえるでしょう。

それぞれ費用も違います。建てる前にこまやかな打ち合わせをして、地震に備えた家づくりをしてください。

湯ったりバスタイム

冬の間はしっかりと隠して人目にさらすことがなかった足ですが、そろそろ気になりだしますね。特に踵（かかと）は、日頃のお手入れが正直に現れる場所です。もともと踵は、体重を支えるため角質が厚い部位で、何もしなければ、硬くなった角質が新しく生まれてくる皮膚を覆ったまま。カサつき・ひび割れなどのトラブルが多いのはそのためです。

踵のお手入れに大切なのは水分補給です。まずはゆったりとバスタブに浸かってリラックス。血行も良くなって、踵だけでなく全身のお肌のコンディションも整います。

素足の季節！「かかとケア①」

お風呂上がりには、踵にクリームを塗りこみましょう。フットケア専用クリームもありますが、毎日のお手入れにはハンドクリームの兼用で十分です。マッサージしながらたっぷりと塗りこんでから、ラップで包み靴下を履くと、クリームがしっかり浸透します。次回は週一回の集中ケアをご紹介します。

旬（しゅん）のメニュー

～ブリの四川風　味噌からめ～

材料（２人分）
ブリ（切り身） 200g、小松菜 170g、長ねぎ 5cm、酒 大さじ 1/2、
顆粒コンソメ 1/2 本、片栗粉適宜、サラダ油大さじ 1.5、塩・コショウ各少々、
＜A＞顆粒コンソメ 1/2 本、おろししょうが小さじ 1/2 強、豆板醤小さじ 1/2、
赤味噌（八丁味噌）大さじ 1/2、酒大さじ４

ブリは出世魚。成長するにつれて、名前を変えていきます。東京付近では、15cm くらいまでをワカシ、40cm でイナダ、60cm でワラサ、90cm 以上になるとブリと呼びます。春がきて、進学、昇進などの嬉しい話題で食卓が賑やかなご家庭も多いのでは？出世魚のブリを、ひと味違うエスニック風でいかがでしょう。

今回のレシピは四川風のエスニック料理。四川は中国奥地の盆地で湿気の多い気候です。そのため辛いものを食べて汗をかき、健康を保とうとするそうで、香辛料の効いたお料理が発達しました。四川料理に欠かせない香辛料のひとつである「豆板醤」を使った「ブリの四川風」。コクのある辛味をお楽しみください。

懸賞に応募して得しちゃおっ！

ケータイやパソコンで漢字変換をしたとき、
「な、なにコレ！？」と思わず笑ってしまうような変換が出たりしませんか？
傑作が誕生したら、笑ったついでに懸賞に応募しよう！

漢検　変“漢”ミスコンテスト

「尾羽よー。ゆうべもの見すぎで頭痛いよ。」
（オハヨー。夕べも飲みすぎで頭痛いよ。）
「感じ返還昨日」
（漢字変換機能）

メールや書類を打ちながら、「なんだコレ！？」と笑ってしまう変換ミスに遭遇したことはありませんか。まるでおやじギャグのような漢字変換に出会ったら、独り占めはもったいない。さっそく（財）日本漢字能力検定協会の「漢検　変“漢”ミスコンテスト」に応募してみましょう。昨年６月に始まった変漢ミスコンテストが大好評につき、第４弾のエントリー作品を募集しています。

コンテスト応募作品の中から毎月、「月間変漢賞（1名）」「月間 e-漢字賞（1 名）」が選ばれ、最終的に「年間変漢賞」に選ばれた 1 名には図書カード 5000 円分が贈られます。今までに変漢賞や e-漢字賞を受賞した作品を見ると……、

●良く出来た内容です（正）→欲で汚いようです（ミス）
●家で中華よ（正）→家出中かよ（ミス）
●彼氏参加です（正）→彼資産家です（ミス）

と、かなりの爆笑モノ。応募の際は変換ミスにちなんだ数十文字のエピソードを添えてエントリーします。

作品の応募と一緒にお気に入りのエントリー作品に投票すると、「投票サポート賞（1 名× 13 回）」のチャンスもありますよ。

日本漢字能力検定協会といえば、公益事業では認められない多額の利益を上げていたことが問題になっていますね。それこそ変換ミスみたいなもの。この問題の行方にも注目しておきましょうか。

漢検 漢字辞典（左）
漢検 学べる変換ミス3（右）

漢検　変“漢”ミスコンテスト

【賞品】 年間変漢賞：漢検オリジナル図書カード5000円分（1名）
月間変漢賞：『漢検 漢字辞典』（毎月1名×12回）
月間e-漢字賞：『漢検 学べる変換ミス3』（毎月1名×12回）
投票サポート賞：シャーペン＆ボールペン（1名×13回）

【応募・投票方法】 パソコンの応募・投票フォームから
（コンテスト参加には会員登録が必要です）
→→→ https://www.challenge-net.jp/henkan/#

【応募締切】 2009年9月15日

【問い合わせ】（財）日本漢字能力検定協会
URL：http://www.kentei.co.jp/　メール：henkan@kanken.or.jp

今月の 賞文堂の･･･つくれる実例集
「インパクトのある実印(イン)」の巻

【お客様】

こんにちは！社長の木阪です。今回の事例は、お客様のご要望を頂戴しながら**『う～む、なるほどぉ～』**と感激し実践した事例です。

【目　的】

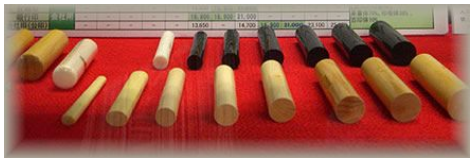
春は印鑑シーズンの最盛期です。市内のお客様が実印作製を目的にご来店されました。印鑑の用途、材質、サイズ等の打合せが済み、書体の段階でそのお客さんはポツリとこう仰ったのです。

『自分で書いた字を実印に出来んのかねぇ?』

私は思わず返しました。**『それ、面白いですね!』**

【つくれる作戦】

幾度も似顔絵や手書き文字をゴム印でつくっていますが、正直 実印に適用する発想はありませんでした。最初は芯の細い筆記具で書いて頂き彫刻に取り掛かりましたが、線が細くなりすぎて“商品”としてお渡しするレベルには至りません。



【ポイント】

試行錯誤でしたが 結果 毛筆で書いて頂き、黒水牛材で完成に漕ぎ着けました。幾度とお運び頂きましたが市内のお客様という地の利を充分生かす事が出来ました。

★この印影はイメージです。↑
実際に販売した物とは異なります。

【担当者より一言】

“どうせやるなら”これは自身のモットーです。お客さんのご要望には何とか100%お応えしたいものですね。『えっ!?』と思う、ユニークな視点、高いハードルのリクエストは 私共の潜在能力を引き出して頂けると、逆に感謝しております。

【備　考】

つくれる文具屋さん（木阪賞文堂）は、只単に商品を販売するだけではありません。お客様からのリクエストに対し、文房具（取扱アイテム）＆技術＆知恵を利用・活用して出来る限りの事を実行します。

文具屋さんなのにこんとな事をしてんですかっ！？

と驚くお客様の何と多いことか・・・。無理な場合は『出来ませんっ！』と言いますけぇ、でもいろいろと相談してくださいね。

【当店のモットー】

全ての商品・サービスを通じてお客様を幸せにすることです。

文具屋さんが思わず唸(うな)ってしまいました!
いろんなポケット足したり引いたり･･つくれるファイルの“ヒクタス”です

(写真左)あのヒクタスファイルの種類は**柳井でイチバン**ですよ。
(写真右)各種ポケット自由に組合せOK！サンプル作りました。

固定式クリアブックで普通ポケット、名刺用ポケット、写真用ポケット、CD用ポケット･･･を自由に組み合せが出来るんです。ポケット20～60枚まで対応できるのに**と～っても薄い**んです！　例えば最近の家電製品は取扱説明書やCD、保証書等の資料が盛り沢山ですね。このファイルを上手く使えば製品毎に整理が出来て何かあっても速やかに対応できそうですね。ご家庭で仕事場でお役に立てる**“ヒクタス”ファイル**、店頭サンプルを、是非手に取ってご覧になってみて下さいね。

ハンドメイド雑貨イベントに出店決定

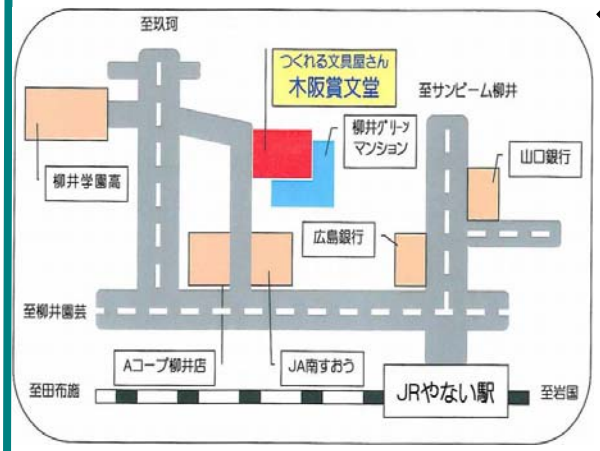
4月25日(土)は下松・ふくしの里(芝生広場)へ!

昨年まで大変お世話になった**消しゴムはんこ作家**の **さくらんぼさん**よりご紹介頂き、イベントのお仲間に入れて頂く事となり出店の運びとなりました。**今月(4月)25日(土)10:00～会場は下松市ふくしの里の芝生の広場です。**県内のハンドメイド作家さん達が多数集結する大きなイベントとなりそうです。当日木阪賞文堂は、**さくらんぼさん**の作品の販売～**こどものかおさんのスタンプ教室**等をさせていただきますが、出店者でありながら、正直多くの作家さんの作品や、お客さんの反応を見ることが出来るので(→半分遠足気分?笑)、今からとっても楽しみなんです。当日はご家族、お友達お誘い合わせの上、一緒に下松へ行きましょう! (店主、スタッフ一同)

この広い芝生広場が会場です

会議室やサロン等施設も充実

そうだ!賞文堂!行こう!

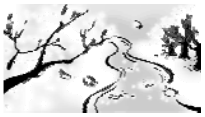


赤い屋根の木阪賞文堂です。

Aコープ柳井さん近く、柳井グリーンマンション前。
JR柳井駅より450㍍、車で70秒。

『市内だから歩いて行ける、市内なのに車で行ける』
20台駐車OKですよ！ご来店お待ちしています。
(木阪:記)

・会社名　**(有)木阪賞文堂**



◆今月の注目商品(サービス)のご案内

店頭フリー裁断機が新しくなります

木阪賞文堂の店頭コピーサービスのテーブルには、裁断機（ロータリー式）が設置されており普段からご自由にお使い頂いております。～40枚位までであれば充分なのですが、100枚～単位での裁断では同じ作業の繰り返しが必要でした。この度、新型卓上裁断機ＭＣ300を導入！Ａ4原稿をＡ3で印刷し半分に裁断・・これで経費も削減できますね。(スタッフ一同)

↑大量の用紙の裁断もこれならラクラクです。

・スタッフ人数　7名(中央店5名、白壁店2名)

★春の文具 オリジナル・ラッピングサービス実施中！

・モットー　**『当社の商品・サービスを通じてお客様を幸せにすること！』**

・会社の場所　〒742-0035山口県柳井中央3-9-2
(柳井グリーンマンション前)

・連絡先　**TEL(０８２０) ２２-０１５０**

★ホームページ　http://www.sirakabe.com

★Eメール　info@sirakabe.com